

Муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение - центр развития ребенка
«Детский сад №90 «Надежда»

Проект по физическому развитию детей
старшего дошкольного возраста

**«Чтобы сильным быть сполна,
физкультура нам нужна!»**



СОГЛАСОВАНО
Старший воспитатель
Орлова С.Р.
14.09.2024
Разработали:
Круглова Н.С.
Ширльеф Ж.В.

Барнаул, 2024

Актуальность проекта :

Для всестороннего развития дошкольников чрезвычайно важно своевременно и качественно овладевать разнообразными движениями, в первую очередь основными их видами – бегом, ходьбой, прыжками, метанием, лазаньем, без которых нельзя активно участвовать в подвижных играх, а в дальнейшем успешно заниматься спортом. Усвоение детьми навыков этих движений, овладение правильными способами их выполнения обогащает двигательный опыт, необходимый в игровой деятельности, разнообразных жизненных ситуациях, труде и быту. Упражнения в основных видах движений расширяют диапазон двигательных способностей детей, облегчают в дальнейшем усвоение школьной программы по физической культуре. Эти движения составляют основу комплекса ГТО для детей 7-9 лет, подготовка к которому может начинаться уже в детском саду. Участвуя в реализации данного проекта, мы хотим расширить представления родителей, детей и педагогов о здоровом образе жизни, сформировать положительное отношение к занятиям физической культурой и спортом.

Цель проекта : Воспитывать интерес и осознанное выполнение воспитанниками основных движений.

.

Задачи проекта :

-Накопление и обогащение двигательного опыта детей (*овладение основными движениями*).

-Совершенствование физических качеств (*скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации*) в разнообразных формах двигательной деятельности.

-Формирование умения осознанно выполнять движения.

- Воспитывать целеустремлённость, организованность, инициативность, стремление участвовать в играх с элементами соревнований, играх-эстафетах.

Срок реализации проекта: сентябрь-январь 2024г

Участники проекта: дети, родители, воспитатели, музыкальный руководитель.

Ожидаемый результат: Для детей: ответственное отношение к качественному выполнению основных движений; развитие активности, самостоятельности; воспитание осознанного отношения к занятиям физической культуры, самореализация.

Для педагога: повышение профессионализма; внедрение новых технологий в работе с детьми и родителями; личностный и профессиональный рост.

Для родителей: повышение уровня личностного сознания, укрепление взаимоотношений между детьми и родителями.

Этапы работы над проектом

I этап – подготовительный :

Выделение проблемы:

некачественное выполнение детьми основных движений может сказаться на результатах в спортивных соревнованиях, следовательно, только через осознанное,

качественное и добросовестное выполнение основных движений можно добиться отличных результатов в спортивных соревнованиях

1. Планирование предстоящей деятельности с воспитанниками.
2. Планирование инструктором по физической культуре разнообразных видов деятельности с дошкольниками.
3. Планирование совместной деятельности с музыкальным руководителем, с воспитателями, родителями воспитанников по теме проекта.
4. Подбор по теме проекта : дидактических пособий; физкультурного оборудования и спортивного инвентаря.

II этап – основной этап:

1. Беседы: «Что такое физкультура?», «Для чего нужна физкультура?», «Физкультура для здоровья».
 2. Непосредственно организованная деятельность по физическому развитию.
 3. Прослушивание музыкальных произведений: Олимпийские марши, спортивные марши, физкультурные марши, гимн Российской Федерации.
 4. Использование дидактических игр : «Назови физкультурное упражнение», «Физкультурное оборудование», «Я и физкультура».
 5. Придумывание детьми своих физических упражнений для овладения основными движениями.
 6. Подвижные игры на прогулке: «Ловишки с мячом», «Попади в цель», «Догони», «Чье звено быстрее соберется».
 7. Индивидуальная работа по закреплению качеств основных движений: прыжки на скакалке, Ходьба по гимнастической скамейке, лазанье по гимнастической стенке, овладение мячом разными способами, сбивание кеглей, прыжки разными способами и т. д.
 8. Игры-загадки по теме проекта : «Правильно ли я выполняю физкультурное упражнение?», «Для какого вида основных движений необходимо определенное спортивное оборудование?».
 9. Изобразительная деятельность на тему: «Как я занимаюсь физкультурой»
- Заключительный этап:
Итоги работы, презентация проекта

Результаты проекта :

Осознанное выполнение основных движений в различных ситуациях создало большие возможности для проявления детьми инициативы и творчества, свободы в применении движений и уверенных действиях в игровых и жизненных ситуациях. Уточнить, что занятия физической культурой и спортом не только укрепляют и сохраняют здоровье, но и помогает справляться с трудностями, быть веселым, умным, жизнерадостным.

Тематический план работы

месяц	Работа с детьми	Работа с родителями	Пополнение предметно-пространственной среды
Сентябрь	1. Игра подвижная с мячом «Встреча» 2. Беседа «Полезная и вредная еда» 3. Аппликация «Радужное облако» 4. Подвижная народная игра «Ворон», «Медведь» 5. Самомассаж «Су-джок» «Мы Делили апельсин» 6. Чтение сказки «Как медвежонок не хотел умываться» 7. «Гимнастика для наших глазок» 8. Подвижные игры на прогулке «Ловишки» 9. Прослушивание «Марша и Гимна России»	1. Анкетирование «Физическое здоровье ребенка» 2. Консультация для родителей «Быть здоровым - это модно» 3. Консультация для родителей «Здоровое питание для дошкольников»	1. Игра «Полезная и вредная еда» 2. Картотека подвижные игры с мячом 3. Картотека «Игры и упражнения на развитие быстроты движения» 4. «Гимнастика для наших глазок»
Октябрь	1. Подвижная игра «Стойки» 2. Рисование «Веселая зарядка» 3. Оформление выставки «Спорт – здоровье» 4. Игра «На развитие дыхания» 5. Игра «Ходилка-спорт» 6. Чтение сказки «Верь в себя»	1. Консультация для родителей «Играем пальчиками» 2. Консультация для родителей «Народные подвижные игры в детском саду» 3. Памятка «Чем полезны каши»	1. Изготовление игры «Дыхательного тренажера» 2. Игра «Ходилка-спорт» 3. Мини-музей «Мяча» 4. Картотека «Играем пальчиками»

	7. Беседа « В стане Грязлины» 8.Подвижные народные игры «Гори ясно», «Теремок» 9. Самомассаж «Су –джок» «Лесичка-сестричка на прогулке» 10. Подвижные игры на прогулке «Попади в цель»		
Ноябрь	1.Подвижная игра «Защищай город» 2.Лепка «Дети занимаются на физкультуре» 3.Игра «Спортивные задания» 4. Чтение сказки «Волшебный нос», «Заячья дорожка» 5. Беседа «Как обруч стал символом Олимпийских игр» 6. Подвижные народные игры «Солнце» « Чурилки» 7.Самомассаж «Су –джок «Я мечом круги катаю» 8. Подвижные игры на прогулке «Догони»	1.Консультация для родителей «Ключ к здоровью ребенка в семье» 2.Консультация для родителей «Правильное питание детей» 3. Консультация для родителей «Режим дня- основа жизни ребенка»	1.Картотека «Спортивные задания» 2. Дыхательный тренажер «Осенние предметы» 3. Флажки о спорте 4. Оформление уголка физкультуры
Декабрь	1.Летучий мяч 2.Зимние виды спорта рисование 3. Чтение сказки «Про орехи», «О	1.Памятка для родителей «ЗОЖ» 2. Консультация для родителей «Как приучить детей есть	1.Картотека «Подвижные игры залог здоровья ребенка»

	двух братьев и силе –воле» 4. Беседа «Верь в себя» 5. Подвижные народные игры «Сова», «Баба –Яга» 6. Самомассаж «Су –джок» «Ежик» 7. Изучение зимних видов спорта 8.Пластилинография «Лыжники» 9. Снежная гимнастика для глаз» 10. Подвижные игры на прогулке «Чье звено быстрее доберется»	правильно овощи и фрукты» 3. Консультация для родителей «Любовь-морковь»	2.Дыхательный тренажер «Волшебные звездочки» 3.Игра «Моталочки» 4. Наглядное пособие по зимним видам спорта 5. Снежная гимнастика для глаз»
--	--	--	---